

10月 おやつ献立表 (離乳食)

ママサポテラス名古屋鳴海園

		おやつ		材料			おやつ		材料
1日	木	麦茶	さつまいものマッシュ	さつまいも、豆乳	17日	土	麦茶	市販おやつ	
2日	金	麦茶	かゆ	米、だし汁	18日	日			
3日	土	麦茶	市販おやつ		19日	月	麦茶	かゆ	米、だし汁
4日	日				20日	火	麦茶	かぼちゃの茶巾絞り	かぼちゃ
5日	月	麦茶	みそがゆ	米、だし汁、みそ	21日	水	麦茶	じゃがいもおやき	じゃがいも、小麦粉、だし汁
6日	火	麦茶	市販おやつ		22日	木	麦茶	市販おやつ	
7日	水	麦茶	煮りんご	りんご	23日	金	麦茶	バナナヨーグルト	バナナ、ヨーグルト
8日	木	麦茶	白身魚のつみれ	白身魚のつみれ	24日	土	麦茶	市販おやつ	
9日	金	麦茶	かゆ	米、だし汁	25日	日			
10日	土	麦茶	市販おやつ		26日	月	麦茶	お麴のだし煮	焼き麴、だし汁
11日	日				27日	火	麦茶	煮りんご	りんご
12日	月		スポーツの日		28日	水	麦茶	豆腐の豆乳煮	豆腐、豆乳、だし汁
13日	火	麦茶	かぼちゃのマッシュ	かぼちゃ	29日	木	麦茶	かゆ	米、だし汁
14日	水	麦茶	市販おやつ		30日	金	麦茶	市販おやつ	
15日	木	麦茶	ヨーグルト	ヨーグルト	31日	土	麦茶	市販おやつ	
16日	金	麦茶	コロコロさつまポテト	さつまいも					

※人数や材料等により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

食べたことがない食材は、事前におうちで食べてきてくださいね♪